

# 在家里应对呼吸道疾病症状的 10 种方法

# NC

CHINESE SIMPLIFIED

如果您有发烧、咳嗽或呼吸急促的症状，请给医生打电话。他们可能告诉您在家里自行应对这些症状。请遵照以下提示：

1. 请**留**在家里，直到：

- 已经有症状至少 10 天，并且
- 您在没有吃药的情况下不发烧已经 24 小时，并且
- 您的症状已经改善。



6. 您咳嗽或打喷嚏时，用纸巾**挡**住嘴然后扔掉纸巾。



2. 请**谨**慎地监控您的症状。如果症状恶化，请立即给医生打电话。



7. 用肥皂和水**勤**洗手，每次至少 20 秒。



3. **多**休息、**多**喝水。



8. 尽量**远**离其他人，单独呆在一个房间并使用单独的卫生间。在他人附近时，戴上口罩。



4. 在您去医生办公室之前，请先打电话并告诉他们您可能有新型冠状病毒 (COVID-19)。



9. **避**免共用家庭用品，也不要一起吃饭。



5. **紧**急情况，请拨打 911。告诉他们您可能有新型冠状病毒 (COVID-19)。



10. **每**天都要**擦**洗您每天碰过的物体表面。



北卡罗莱纳卫生和人类服务部 – [www.ncdhhs.gov/covid19](http://www.ncdhhs.gov/covid19)

拨打 211 或访问 [nc211.org](http://nc211.org) 查找其他资源。

